

Согласовано:

директор  
Ю. С. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О. Ю. Козырева

15.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 844          | Чеснок                              | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 039          | Суп с вермишелью                    | 250     | 4,42       | 5         | 17,43           | 100,8   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 018          | Плов со свининой                    | 230     | 18,51      | 42        | 56,1            | 588,2   |
| 14 539,27      | Чай с сахаром                       | 200     | 0,2        |           | 6,5             | 26,8    |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                     | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                        | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                     | 736     | 28,45      | 49        | 104,43          | 853,1   |
| Итого за день  |                                     | 736     | 28,45      | 49        | 104,43          | 853,1   |

Согласовано

директор  
Ю. С. Трушков

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю. Ю. Козырева



16.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

### Обед

|               |                                      |     |       |    |        |       |
|---------------|--------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)              | 1   |       |    | 0,01   | 0,1   |
| 139           | Суп картофельный с бобовыми          | 250 | 5,88  | 6  | 21,48  | 166,6 |
| 1 308,02      | Биточек куриный                      | 90  | 16,74 | 18 |        | 191,7 |
| 1 126         | Соус томатный                        | 20  | 0,12  | 4  | 1,16   | 11,1  |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом | 160 | 6,76  | 5  | 40,39  | 233   |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов          | 200 | 0,35  |    | 24,36  | 101,7 |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                      | 25  | 2,03  |    | 12,2   | 60,5  |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                         | 25  | 2,13  | 1  | 12,13  | 64,8  |
| Итого за Обед |                                      | 771 | 34,01 | 34 | 111,73 | 829,5 |
| Итого за день |                                      | 771 | 34,01 | 34 | 111,73 | 829,5 |

Согласовано:

директор  
10.0. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю. Козырева



17.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 844          | Чеснок                               | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 030          | Рассольник ленинградский со сметаной | 250     | 2,7        | 6         | 17,8            | 139,2   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 027,13       | Котлета Деревенская                  | 90      | 14,69      | 12        | 8,5             | 199,9   |
| 1 126          | Соус томатный                        | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 998            | Каша гречневая рассыпчатая           | 160     | 9,95       | 6         | 51,86           | 303,6   |
| 705            | Напиток из плодов шиповника          | 200     | 0,68       |           | 27,62           | 128,6   |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                      | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                         | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                      | 776     | 33,46      | 30        | 131,34          | 919,7   |
| Итого за день  |                                      | 776     | 33,46      | 30        | 131,34          | 919,7   |

Согласовано

директор  
Ю. С. Тригункова

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

О.Ю. Козырева

18.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|----------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                        |         |            |           |                 |         |
| 1 813          | Лук репчатый (порциями)                | 1       |            |           | 0,01            | 0,1     |
| 1 021          | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250     | 1,91       | 7         | 13,68           | 124,4   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 319,01       | Шницель из мяса птицы                  | 90      | 33,04      | 6         | 19,99           | 150,1   |
| 1 126          | Соус томатный                          | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 995            | Пюре картофельное                      | 160     | 3,48       | 5         | 23,5            | 156,8   |
| 1 188          | Чай с сахаром                          | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                        | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                           | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                        | 776     | 43,86      | 24        | 98,71           | 643,4   |
| Итого за день  |                                        | 776     | 43,86      | 24        | 98,71           | 643,4   |



Согласовано:

директор  
Ю. С. Гусев



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю. Козырева

19.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 844          | Чеснок                                        | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 124            | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250     | 1,9        | 6         | 9,14            | 132,5   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 023          | Фрикасе из мяса птицы с соусом                | 100     | 17,33      | 5         | 3,31            | 132,2   |
| 512            | Рис припущенный                               | 160     | 3,84       | 6         | 39,52           | 235,1   |
| 912            | Компот из свежих яблок                        | 200     | 0,11       |           | 23,88           | 99,1    |
| 897            | Хлеб пшеничный                                | 30      | 3,21       | 1         | 24,99           | 85,2    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                                  | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                               | 771     | 29,68      | 20        | 113,04          | 760,9   |
| Итого за день  |                                               | 771     | 29,68      | 20        | 113,04          | 760,9   |

Согласовано:

*дефектот*  
Ю.С. Трифеева



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю. Козырева



20.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 813          | Лук репчатый (порциями)              | 1       |            |           | 0,01            | 0,1     |
| 1 058          | Суп Крестьянский с крупой, сметаной  | 250     | 2,54       | 6         | 17,28           | 136,7   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 308,04       | Котлета Полтавская                   | 90      | 14,76      | 19        | 1,58            | 164,6   |
| 1 126          | Соус томатный                        | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 516            | Макаронные изделия отварные с маслом | 160     | 6,76       | 5         | 40,39           | 233     |
| 1 188          | Чай с сахаром                        | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                      | 30      | 2,43       |           | 14,64           | 72,6    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                         | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                      | 781     | 29,89      | 36        | 103,23          | 758,5   |
| Итого за день  |                                      | 781     | 29,89      | 36        | 103,23          | 758,5   |

директор  
Ю. С. Трушков

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

Согласовано

директор  
И. С. Труден

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|                | <u><b>Завтрак</b></u>                           |         |            |           |                 |         |
| 235,05         | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 7,03       | 7         | 39,61           | 244,5   |
| 1 188          | Чай с сахаром                                   | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 808            | Бутерброд с маслом сливочным                    | 40      | 2,11       | 12        | 10,88           | 184     |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                                 | 40      | 3,24       |           | 19,52           | 96,8    |
|                | <b>Итого за Завтрак</b>                         | 530     | 12,38      | 19        | 86,01           | 589,1   |
|                | <b>Итого за день</b>                            | 530     | 12,38      | 19        | 86,01           | 589,1   |

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трусова

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Ю. Козырева

17.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

## Завтрак

|                  |                                                          |     |       |    |        |       |
|------------------|----------------------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 850              | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250 | 8,41  | 11 | 35,99  | 276,8 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                            | 200 |       |    | 16     | 63,8  |
| 450,05           | Маффин ванильный                                         | 60  | 6,21  | 6  | 44,16  | 259,5 |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                          | 40  | 3,24  |    | 19,52  | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                          | 550 | 17,86 | 17 | 115,67 | 696,9 |
| Итого за день    |                                                          | 550 | 17,86 | 17 | 115,67 | 696,9 |

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трусова

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Ю. Козырева

18.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

## Завтрак

|                  |                                                 |     |       |    |       |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 111            | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 7,17  | 8  | 33,82 | 237,6 |
| 686              | Чай с лимоном                                   | 200 | 0,06  |    | 15,16 | 59,9  |
| 810              | Бутерброд с сыром                               | 40  | 5,58  | 5  | 13,71 | 118,3 |
| 976              | Яблоки свежие                                   | 110 | 0,44  |    | 10,78 | 80,7  |
| Итого за Завтрак |                                                 | 600 | 13,25 | 13 | 73,47 | 496,5 |
| Итого за день    |                                                 | 600 | 13,25 | 13 | 73,47 | 496,5 |

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

19.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| № рецептуры      | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                   |         |         |        |            |         |
| 1 013            | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 7,51    | 9      | 31,53      | 250,3   |
| 1 330,23         | Оладьи с топпингом                                | 70      | 2,67    | 3      | 6,21       | 71,9    |
| 1 188            | Чай с сахаром                                     | 200     |         |        | 16         | 63,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 30      | 2,43    |        | 14,64      | 72,6    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550     | 12,61   | 12     | 68,38      | 458,6   |
| Итого за день    |                                                   | 550     | 12,61   | 12     | 68,38      | 458,6   |

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

20.12.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| № рецептуры      | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                   |         |         |        |            |         |
| 883              | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 8,99    | 10     | 39,74      | 303,3   |
| 1 141,09         | Печенье детское                                   | 60      | 4,5     | 6      | 34         | 244,2   |
| 686              | Чай с лимоном                                     | 200     | 0,06    |        | 15,16      | 59,9    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 40      | 3,24    |        | 19,52      | 96,8    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550     | 16,79   | 16     | 108,42     | 704,2   |
| Итого за день    |                                                   | 550     | 16,79   | 16     | 108,42     | 704,2   |

Согласовано

директор

Ю.С.

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева



15.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |              |              |           |                 |                |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180          | 5,41         | 7         | 22,7            | 180,2          |
| 891                     | Омлет запеченный или паровой                      | 100          | 10,08        | 11        | 3,26            | 152,6          |
| 1 046                   | Бутерброд с повидлом                              | 40           | 2,15         | 1         | 22,19           | 103,4          |
| 686                     | Чай с лимоном                                     | 200          | 0,06         |           | 15,16           | 59,9           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                    | 30           | 3,21         | 1         | 24,99           | 85,2           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b>   | <b>20,91</b> | <b>20</b> | <b>88,3</b>     | <b>581,3</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                   |              |              |           |                 |                |
| 1 844                   | Чеснок                                            | 1            | 0,01         |           | 0,03            | 0,2            |
| 1 039                   | Суп с вермишелью                                  | 250          | 4,42         | 5         | 17,43           | 100,8          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5            | 1,15         | 1         | 0,04            | 11,8           |
| 1 018                   | Плов со свиной                                    | 230          | 18,51        | 42        | 56,1            | 588,2          |
| 14 539,27               | Чай с сахаром                                     | 200          | 0,2          |           | 6,5             | 26,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 25           | 2,03         |           | 12,2            | 60,5           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 25           | 2,13         | 1         | 12,13           | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>736</b>   | <b>28,45</b> | <b>49</b> | <b>104,43</b>   | <b>853,1</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 286</b> | <b>49,36</b> | <b>69</b> | <b>192,73</b>   | <b>1 434,4</b> |



Согласовано

Директор  
Ю.О. Козырева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



16.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |              |              |           |                 |                |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250          | 7,03         | 7         | 39,61           | 244,5          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200          |              |           | 16              | 63,8           |
| 808                     | Бутерброд с маслом сливочным                    | 40           | 2,11         | 12        | 10,88           | 184            |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40           | 3,24         |           | 19,52           | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>530</b>   | <b>12,38</b> | <b>19</b> | <b>86,01</b>    | <b>589,1</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                 |              |              |           |                 |                |
| 1 813                   | Лук репчатый (порциями)                         | 1            |              |           | 0,01            | 0,1            |
| 139                     | Суп картофельный с бобовыми                     | 250          | 5,88         | 6         | 21,48           | 166,6          |
| 1 308,02                | Биточек куриный                                 | 90           | 16,74        | 18        |                 | 191,7          |
| 1 126                   | Соус томатный                                   | 20           | 0,12         | 4         | 1,16            | 11,1           |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом            | 160          | 6,76         | 5         | 40,39           | 233            |
| 928                     | Компот из смеси сухофруктов                     | 200          | 0,35         |           | 24,36           | 101,7          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 25           | 2,03         |           | 12,2            | 60,5           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                    | 25           | 2,13         | 1         | 12,13           | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                 | <b>771</b>   | <b>34,01</b> | <b>34</b> | <b>111,73</b>   | <b>829,5</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>1 301</b> | <b>46,39</b> | <b>53</b> | <b>197,74</b>   | <b>1 418,6</b> |

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Ю.Козырева



17.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |              |              |           |                 |                |
| 850                     | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250          | 8,41         | 11        | 35,99           | 276,8          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                            | 200          |              |           | 16              | 63,8           |
| 450,05                  | Маффин ванильный                                         | 60           | 6,21         | 6         | 44,16           | 259,5          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                          | 40           | 3,24         |           | 19,52           | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>550</b>   | <b>17,86</b> | <b>17</b> | <b>115,67</b>   | <b>696,9</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                          |              |              |           |                 |                |
| 1 844                   | Чеснок                                                   | 1            | 0,01         |           | 0,03            | 0,2            |
| 1 030                   | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 250          | 2,7          | 6         | 17,8            | 139,2          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)                      | 5            | 1,15         | 1         | 0,04            | 11,8           |
| 1 027,13                | Котлета Деревенская                                      | 90           | 14,69        | 12        | 8,5             | 199,9          |
| 1 126                   | Соус томатный                                            | 20           | 0,12         | 4         | 1,16            | 11,1           |
| 998                     | Каша гречневая рассыпчатая                               | 160          | 9,95         | 6         | 51,86           | 303,6          |
| 705                     | Напиток из плодов шиповника                              | 200          | 0,68         |           | 27,62           | 128,6          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                          | 25           | 2,03         |           | 12,2            | 60,5           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                             | 25           | 2,13         | 1         | 12,13           | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                          | <b>776</b>   | <b>33,46</b> | <b>30</b> | <b>131,34</b>   | <b>919,7</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                          | <b>1 326</b> | <b>51,32</b> | <b>47</b> | <b>247,01</b>   | <b>1 616,6</b> |



Согласовано:

директор  
Ю.С. Кушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Ю. Козырева

18.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

**Завтрак**

|                         |                                                 |            |              |           |              |              |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 111                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250        | 7,17         | 8         | 33,82        | 237,6        |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200        | 0,06         |           | 15,16        | 59,9         |
| 810                     | Бутерброд с сыром                               | 40         | 5,58         | 5         | 13,71        | 118,3        |
| 976                     | Яблоки свежие                                   | 110        | 0,44         |           | 10,78        | 80,7         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>600</b> | <b>13,25</b> | <b>13</b> | <b>73,47</b> | <b>496,5</b> |

**Обед**

|                      |                                        |              |              |           |               |                |
|----------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 813                | Лук репчатый (порциями)                | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 1 021                | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250          | 1,91         | 7         | 13,68         | 124,4          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 319,01             | Шницель из мяса птицы                  | 90           | 33,04        | 6         | 19,99         | 150,1          |
| 1 126                | Соус томатный                          | 20           | 0,12         | 4         | 1,16          | 11,1           |
| 995                  | Пюре картофельное                      | 160          | 3,48         | 5         | 23,5          | 156,8          |
| 1 188                | Чай с сахаром                          | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                        | 25           | 2,03         |           | 12,2          | 60,5           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                           | 25           | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>776</b>   | <b>43,86</b> | <b>24</b> | <b>98,71</b>  | <b>643,4</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1 376</b> | <b>57,11</b> | <b>37</b> | <b>172,18</b> | <b>1 139,9</b> |

Согласовано.

Ю. С. Трушников

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Ю. Козырева



19.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |              |              |           |                 |                |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250          | 7,51         | 9         | 31,53           | 250,3          |
| 1 330,23                | Оладьи с топпингом                                | 70           | 2,67         | 3         | 6,21            | 71,9           |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                     | 200          |              |           | 16              | 63,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 30           | 2,43         |           | 14,64           | 72,6           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b>   | <b>12,61</b> | <b>12</b> | <b>68,38</b>    | <b>458,6</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                   |              |              |           |                 |                |
| 1 844                   | Чеснок                                            | 1            | 0,01         |           | 0,03            | 0,2            |
| 124                     | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 250          | 1,9          | 6         | 9,14            | 132,5          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5            | 1,15         | 1         | 0,04            | 11,8           |
| 1 023                   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100          | 17,33        | 5         | 3,31            | 132,2          |
| 512                     | Рис припущенный                                   | 160          | 3,84         | 6         | 39,52           | 235,1          |
| 912                     | Компот из свежих яблок                            | 200          | 0,11         |           | 23,88           | 99,1           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                    | 25           | 2,68         | 1         | 20,83           | 71             |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 25           | 2,13         | 1         | 12,13           | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>766</b>   | <b>29,15</b> | <b>20</b> | <b>108,88</b>   | <b>746,7</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 316</b> | <b>41,76</b> | <b>32</b> | <b>177,26</b>   | <b>1 205,3</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

директор  
Ю.С. Труникова

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

20.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                 |     |       |    |        |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 883              | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 8,99  | 10 | 39,74  | 303,3 |
| 1 141,09         | Печенье детское                                 | 60  | 4,5   | 6  | 34     | 244,2 |
| 686              | Чай с лимоном                                   | 200 | 0,06  |    | 15,16  | 59,9  |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                 | 40  | 3,24  |    | 19,52  | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550 | 16,79 | 16 | 108,42 | 704,2 |

Обед

|               |                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|--------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)              | 1     |       |    | 0,01   | 0,1     |
| 1 058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной  | 250   | 2,54  | 6  | 17,28  | 136,7   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5     | 1,15  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 308,04      | Котлета Полтавская                   | 90    | 14,76 | 19 | 1,58   | 164,6   |
| 1 126         | Соус томатный                        | 20    | 0,12  | 4  | 1,16   | 11,1    |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом | 160   | 6,76  | 5  | 40,39  | 233     |
| 1 188         | Чай с сахаром                        | 200   |       |    | 16     | 63,8    |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                      | 25    | 2,03  |    | 12,2   | 60,5    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                         | 25    | 2,13  | 1  | 12,13  | 64,8    |
| Итого за Обед |                                      | 776   | 29,49 | 36 | 100,79 | 746,4   |
| Итого за день |                                      | 1 326 | 46,28 | 52 | 209,21 | 1 450,6 |